

## Gesundheitsfragebogen

---

### Personalien

Name

.....

Vorname

.....

Geburtsdatum

.....

Wohnadresse

.....

PLZ / Wohnort

.....

Telefonnummer

.....

E-Mail-Adresse

.....

Beruf

.....

### Persönliche Fragen

Wie regelmässig betreibst Du wöchentlich Sport?

1x  2x  3x  4x  5x  6x und mehr

Meine Sportarten

.....

Wie regelmässig möchtest Du wöchentlich Sport betreiben?

1x  2x  3x  4x  5x  6x und mehr

Was ist Dein Ziel des Trainings? (Verbesserung Fitness, Abnehmen, etc.)

Mein(e) Ziel(e)

.....

Welche motorischen Fähigkeiten möchtest Du verbessern?

Kraft  Ausdauer  Schnelligkeit  
 Beweglichkeit  Koordination

### Gesundheitsfragen

Hast Du Knochen- und/oder Gelenkprobleme?

Nein  Ja

Seit

.....

Hast Du Rückenbeschwerden?

Nein  Ja

Seit

.....

Hast Du Herzkreislauf- oder Atemwegsprobleme?

Nein  Ja

Seit

.....

---

Hiermit bestätige ich die Richtigkeit und Vollständigkeit meiner Angaben und dass ich keine relevanten Informationen zu meinem Gesundheitszustand verschwiegen habe.

Ort, Datum:

.....

Wie ist Dein Blutdruck?

Tief  Normal  Hoch  Weiss ich nicht

Bist Du zurzeit in ärztlicher Behandlung?

Nein  Ja

Weshalb?

.....

Wurdest Du schon einmal operiert?

Nein  Ja

Wann und warum?

.....

Nimmst Du zurzeit irgendwelche Medikamente?

Nein  Ja

Welche?

.....

Bist Du Allergiker?

Nein  Ja

Gegen

.....

Hast Du sonstige gesundheitliche Probleme?

Nein  Ja

Welche?

.....

### Haftungsausschluss

Mit der Unterschrift nehme ich zur Kenntnis, dass die FitBox Training GmbH

- nach bestem Wissen und Gewissen handelt.
- jegliche Haftung für allfällige Verletzungen oder Sach-/Personenschäden, soweit gesetzlich zulässig, ausschliesst.

### Weiteres

Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich

- bei gesundheitlichen Beschwerden den Kursinstructor vor Beginn des Kurses darüber in Kenntnis setze, das Training nötigenfalls aussetze und im Zweifelsfall selbstständig einen Arzt konsultiere.
- bei für das Training relevanten Änderungen meines Gesundheitszustandes die FitBox umgehend darüber informiere.
- die AGB sowie die Betriebsregeln der FitBox Training GmbH einhalte und akzeptiere.